

Es importante estar preparados para emergencias pueden ser naturales, como los tornados o terremotos; otros tipos incluyen las emergencias hechas por el hombre, como las biológicas, químicas o nucleares.

### READY IN 3 (LISTO EN 3)

No sabemos cuándo ocurrirá una emergencia. Pero hay cosas que podemos hacer para prepararnos para emergencias de cualquier tipo. Prepararse ahora ayudará a protegerlo a usted y a su familia en el futuro. El estado de Missouri creó un programa llamado **Ready in 3**, el cual es una forma fácil de aprender a prepararse para una emergencia.

#### Ready in 3 incluye tres pasos.

- ◆ Crear un plan para usted, su familia y su negocio.
- ◆ Preparar equipos de emergencia para la casa, el auto y el trabajo.
- ◆ Escuche la información sobre lo que debe hacer y a dónde acudir durante una emergencia real.

Este folleto le ayudará a aprender sobre tres tipos de emergencias: biológica, química y nuclear.

### EMERGENCIAS BIOLÓGICAS

Las bacterias, los virus y los venenos hechos con bacterias pueden causar emergencias biológicas. Se pueden rociar en el aire, o poner en los alimentos o en el agua potable. Pueden también transmitirse a través del contacto de una persona a otra.

#### ¿Qué debo hacer durante una emergencia biológica?

Escuche las instrucciones en la radio, la televisión o un sistema de alarma de emergencias. Tenga disponible un radio de baterías, en caso de que sea necesario. Las autoridades le dirán si debe quedarse en casa o salir. Le dirán a dónde debe ir si necesita salir de su casa.

### Sistema de Respuesta Médica de Columbus y Metropolitano

C/O Departamento de Salud de Columbus  
Oficina de Preparación para Emergencias  
240 Parsons Avenue  
Columbus, Ohio 43215  
614-645-7800

El Sistema de Respuesta Médica de Columbus y Metropolitano es una sociedad entre: la policía, departamentos de bomberos, servicios de emergencia médicos, agencias de respuesta a emergencias, organizaciones de salud pública, agencias de administración de emergencias, hospitales y otros socios de la comunidad de Columbus y el Condado de Franklin. Estos grupos también trabajan contiguamente con agencias de respuesta y planeación por todo el Estado de Ohio.



Información Ready in 3 (Listo en 3) está disponible en Inglés, Español y Somali. Este folleto y otros materiales de preparación de emergencias están disponible en la red de internet [publichealth.Columbus.org](http://publichealth.Columbus.org) ó en el Centro de recursos para la comunidad en el Departamento de Salud de Columbus, localizado en el 240 Parsons Avenue, Columbus, Ohio 43215.

Se pueden hacer arreglos especiales para personas con incapacidades, para obtener más información comuníquese al sistema de Respuesta Medica localizado en la oficina de Preparación de Emergencias en el Departamento de Salud de Columbus (614) 645-7089.

Ready in 3 fue diseñado y creado originalmente por el Departamento de Salud y Servicios para Personas Mayores del Estado de Missouri en Marzo del 2004 para educar a los residentes del Estado de Missouri sobre la preparación para emergencias.

Rev 6.29.05

SISTEMA DE RESPUESTA MÉDICA  
DE COLUMBUS Y METROPOLITANO



## AMENAZAS (EMERGENCIAS) BIÓLOGICAS QUÍMICAS Y NUCLEARES

## LO QUE USTED DEBE SABER



### ¿Me hará daño a la salud una emergencia biológica?

Es posible que no se dé cuenta inmediatamente si estuvo expuesto a los microbios o venenos que causaron la emergencia. Los síntomas dependen del tipo de microbio o veneno que causó la emergencia. Algunas señales comunes incluyen dificultad para respirar y síntomas similares a los de la influenza. Si se siente mal, llame a su doctor inmediatamente. Él le podrá decir:

- ◆ Que se quite la ropa y la coloque en una bolsa de plástico
- ◆ Que se bañe con agua y jabón.
- ◆ Que se ponga ropa limpia.

### ¿Qué debo hacer durante una emergencia biológica?

Siga escuchando las instrucciones en la radio, la televisión o un sistema de alerta de emergencias.

## EMERGENCIAS QUÍMICAS

Las emergencias químicas ocurren cuando el aire se envenena con sustancias químicas dañinas o cuando éstas se ponen en los alimentos o en el agua potable. Estas sustancias químicas se pueden aspirar o absorber a través de la piel.

### ¿Qué debo hacer durante una emergencia química?

Escuche las instrucciones en la radio, la televisión o un sistema de alerta de emergencias. Tenga disponible un radio de baterías, en caso de que sea necesario.

Las autoridades le dirán si debe quedarse en casa o salir. Le dirán a dónde debe ir si necesita salir de su casa. Se le puede indicar que se quede en su casa y:

- ◆ Turn off all ventilation systems. This includes furnaces, air conditioners, vents, and fans
- ◆ Permanezca en una habitación interior sin ventanas. Asegúrese de que haya espacio suficiente para todas las personas en la habitación.
- ◆ Si se le instruye, selle las aberturas de la habitación con cinta adhesiva resistente y sábanas de plástico. Las aberturas de la habitación incluyen las puertas y todas las rejillas de ventilación.

### ¿Me hará daño a la salud una emergencia química?

Puede tener algunos de estos síntomas durante una emergencia química:

- ◆ Ojos llorosos
- ◆ Ardor en la piel
- ◆ Dificultad para respirar
- ◆ Contracciones nerviosas
- ◆ Asfixia
- ◆ Dificultad para caminar en línea recta
- ◆ Confusión

Si tienen estos síntomas, llame a su doctor inmediatamente. Si tiene los ojos llorosos y ardor en la piel, deberá:

- ◆ Quitarse la ropa y colocarla en una bolsa de plástico.
- ◆ Bañarse con agua y jabón pero SIN frotarse la piel.
- ◆ Ponerse ropa limpia.
- ◆ Llamar a su doctor inmediatamente.

### ¿Qué debo hacer después de una emergencia química?

Siga escuchando las instrucciones en la radio, la televisión o un sistema de alarma de emergencias.

## EMERGENCIAS NUCLEARES O DE RADIACIÓN

La gente se expone a muy pequeñas cantidades de radiación diariamente.

Las emergencias nucleares o de radiación podrían exponer a la gente a grandes cantidades de radiación, dependiendo del tipo de la emergencia.

Una emergencia de radiación podría incluir un accidente de una planta nuclear, la explosión de un pequeño dispositivo nuclear o una bomba sucia. Una bomba sucia es un explosivo, como dinamita, que contienen material radioactivo.

### ¿Qué debo hacer durante una emergencia de radiación?

Las autoridades supervisarán la cantidad de radiación y decidirán qué hacer. Escuche las instrucciones en la radio, la televisión o un sistema de alarma de emergencias. Tenga disponible un radio de baterías, en caso de que sea necesario. Las autoridades le dirán si debe quedarse en casa o salir. Se le puede indicar que se quede en su casa y:

- ◆ Cierre y asegure todas las puertas y ventanas.
- ◆ Apague todos los sistemas de ventilación. Esto incluye la calefacción, el aire acondicionado, las rejillas de ventilación y los abanicos.

- ◆ Permanezca en una habitación interior sin ventanas. Asegúrese de que haya espacio suficiente para todas las personas en la habitación.

Si se le indica que salga, siga las instrucciones de sus autoridades locales y lleve consigo su equipo de preparación para emergencias.

### ¿Me hará daño a la salud una emergencia de radiación?

Las bombas sucias quizá no tengan suficiente radiación para hacerle daño a la salud. El peligro principal es la explosión. Pero una explosión nuclear grande podría hacerle daño a la salud. Pueden pasar varias horas o días antes de que aparezcan las señales. Algunas personas no tienen síntomas. Otras tienen sólo uno o dos síntomas. Algunos síntomas comunes incluyen:

- ◆ Enrojecimiento de la piel
- ◆ Náuseas o vómitos
- ◆ Diarrea
- ◆ Mucho cansancio
- ◆ Dolor de cabeza
- ◆ Dolor de boca o sangrado de encías

Si se siente mal, llame a su doctor inmediatamente.

### ¿Qué debo hacer durante una emergencia nuclear o de radiación?

Siga escuchando las instrucciones en la radio, la televisión o un sistema de alarma de emergencias.